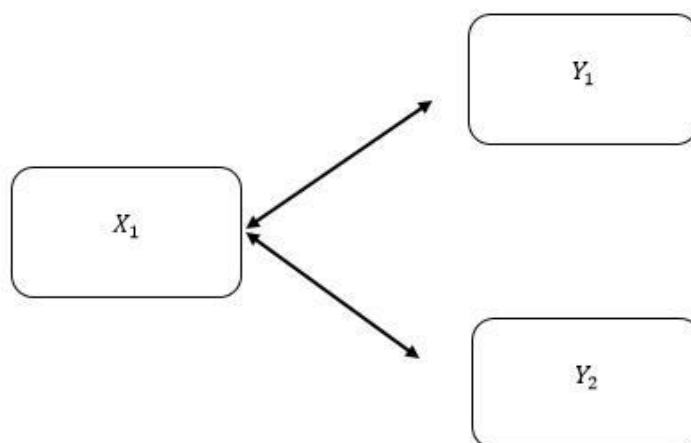


BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang memiliki hasil berupa data yang berbentuk skor (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932, hlm. 188). Secara khusus pendekatan ini digunakan dalam penelitian ini adalah desain kausal komparatif. Desain kausal komparatif yaitu dasar melibatkan pemilihan dua atau lebih kelompok yang berbeda pada variable minat tertentu dan membandingkannya pada variabel atau variabel lain skor (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932, hlm. 370).



Gambar 3. 1 Desain Penelitian Kausal Komparatif

Keterangan :

X_1 = Tenaga Kesehatan

Y_1 = Leisure time phisical activity

Y_2 = Aktivitas Fisik

Partisipan

Dalam penelitian ini orang-orang berperan atau berpartisipasi pada penelitian ini adalah Tenaga kesehatan di rumah sakit sukabumi

Rizky Gusti Setiawan, 2023.

ANALISIS LEVEL AKTIVITAS FISIK DAN PERTISIPASI OLAHRAGA DI WAKTU LUANG TENAGA KESEHATAN DI WILAYAH SUKANUMI

Universitas Pendidikan Indonesia| repository.upi.edu| perpustakaan.upi.edu

3.2 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

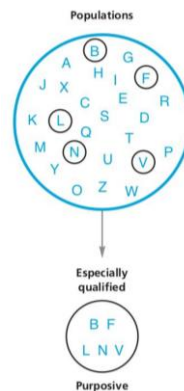
Populasi adalah jumlah total jenis kasus yang menjadi subjek penelitian (Walliman, 2008).

Populasi dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan di rumah sakit wilayah sukabumi berjumlah 2.507 (Badan Pusat Statistik Jawa Barat, 2022)

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi (Pagano, R, 2009). Dalam menentukan jumlah sampel yang akan digunakan peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu teknik dengan pemilihan sampel yang terdiri dari individu yang memiliki kualifikasi khusus (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932, hlm.107).

Berdasarkan gambar diketahui bahwa ketentuan dalam pengambilan sampel yaitu masing-masing individu yang berasal dari populasi yang dipilih harus memiliki kriteria sesuai yang dibutuhkan oleh peneliti (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932, hlm.94).



Berdasarkan tabel Issac dan Michael jumlah sampel yang digunakan berjumlah 128 karena N berjumlah lebih dari 2600, dengan sampel memiliki profesi tenaga kesehatan di wilayah Sukabumi.

Rizky Gusti Setiawan, 2023.

ANALISIS LEVEL AKTIVITAS FISIK DAN PERTISIPASI OLAHRAGA DI WAKTU LUANG TENAGA KESEHATAN DI WILAYAH SUKANUMI

Universitas Pendidikan Indonesia| repository.upi.edu| perpustakaan.upi.edu

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271

Gambar 3. 2 Sampel Issac dan Michael

3.3 Instrumen Penelitian

Instrumen untuk mengukur aktivitas fisik yaitu menggunakan International Physical Activity Questionnaire (Jarvig et al., 2012). International Physical Activity Questionnaire-Short Form (IPAQ-SF) yang dirancanng mengukur aktivitas fisik seseorang berdasarkan Metabolic Equivalent Task (MET) yang digunakan selama 7 hari terakhir. Kuesioner tersebut dapat diuji pada populasi dewasa dengan rentang usia 15-69 taahun. Kuisisioner ini terdiri dari 7 pertanyaan berdasarkan aktivitas fisik yang dilakukan oleh responden selama 7 hari terakhir. Adapun skor MET yang digunakan untuk perhitungan sebagai berikut:

- a) Berjalan = 3.3 MET,
- b) Aktivitas sedang = 4.0 MET dan
- c) Aktivitas tinggi = 8.0 MET;

yang dikalikan dengan intensitas dalam menit dan hari, lalu dijumlahkan sehingga didapatkan skor akhir untuk aktivitas fisik.

Rizky Gusti Setiawan, 2023.

ANALISIS LEVEL AKTIVITAS FISIK DAN PERTISIPASI OLAHRAGA DI WAKTU LUANG TENAGA KESEHATAN DI WILAYAH SUKANUMI

Universitas Pendidikan Indonesia| repository.upi.edu| perpustakaan.upi.edu

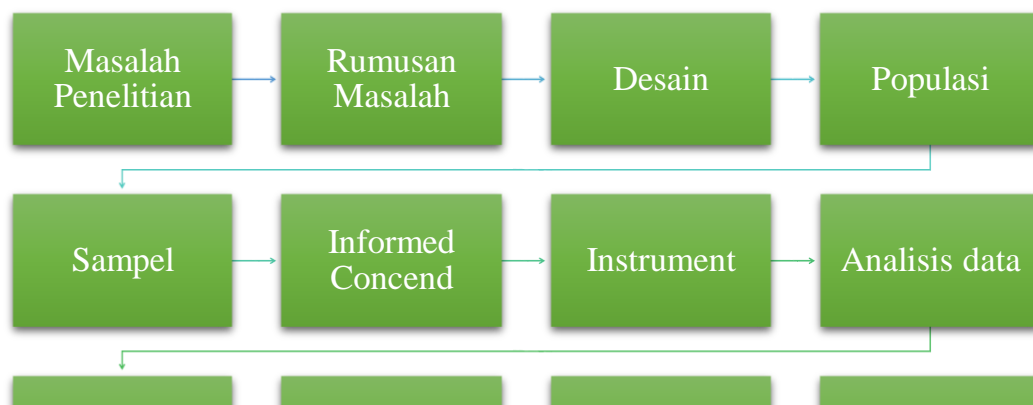
Kategori	METs (menit/Minggu)
Ringan	< 600
Sedang	600-3000
Berat	≥ 3000

Gambar 3. 3 Norma IPAQ-SF

dan Godin Leisure-Time Physical Activity Questionnaire (Savage & Scott, 1998), Kuisoner ini dikembangkan oleh Godin G dan terdiri dari 3 pernyataan bertujuan mengetahui aktivitas pada waktu luang seseorang (Savage & Scott, 1998), dengan hasil uji validitas tinggi dengan nilai $r = 0.82$ dan tingkat reliabilitas tinggi *Cronbach's Alpha* $\alpha = 0.64$ (Eisenmann J, 2002).

3.4 Prosedur Penelitian

Prosedur pada penelitian ini ialah untuk menentukan populasi lalu mengambil sampel sesuai kebutuhan dari peneliti, lalu akan di berikan test sesuai dengan instrument yang sudah disediakan peneliti dan setelah itu data akan diolah kemudian akan dianalisa (Fraenkel et al., 2012) :



Gambar 3. 4 Prosedur Penelitian (Fraenkel et al., 2012)

Gambar 3. 5 Prosedur Penelitian (Fraenkel et al., 2012)

Rizky Gusti Setiawan, 2023.

ANALISIS LEVEL AKTIVITAS FISIK DAN PERTISIPASI OLAHRAGA DI WAKTU LUANG TENAGA KESEHATAN DI WILAYAH SUKANUMI

Universitas Pendidikan Indonesia| repository.upi.edu| perpustakaan.upi.edu

Peneliti memulai penelitian dari tahap persiapan awal hingga menyusun laporan akhir yang sesuai dengan pengaturan penelitian yang ada, Data dikumpulkan dari sampel menggunakan *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* dan *Leisure Time Physical Activity Questionnaire*. Berikut adalah prosedur pengambilan data :

- 1) Menentukan populasi dalam penelitian,
- 2) Menentukan dan mengunpulkan jumlah sampel untuk penelitian menggunakan teknik sampling menggunakan Purposive sampling,
- 3) Sampel mengisi informed concend secara sukarela berpartisipasi dalam penelitian,
- 4) Sampel mengisi kuisisioner *International Physical Activity Questionnaire*,
- 5) Sampel mengisi kuisisioner *Leisure Time Physical Activity Questionnaire*,
- 6) Menganaslisis data berdasarkan hasil yang diperoleh dari masing-masing hasil pengujian,
- 7) Menyusun hasil laporan dari awal sampai akhir.

3.5 Analisis data

Analisis data yang telah diperoleh dari pengumpulan data melalui kuesioner diolah menggunakan One Way Anova, yang dianalisis melalu SPSS seri 25 dan level sig 0.05. Sementara itu, untuk mendeskripsikan tingkat LTPA dan level aktivitas fisik remaja menggunakan analisis deskripsi frequencies.

3.5.1 Analisis Deskriptif

Analisis data deskriptif merupakan rangkaian langkah awal dalam upaya untuk melakukan pengolahan data. Data deskriptif dilakukan untuk mendapatkan data terendah, tertinggi, mean dan standar deviasi (Pallant, 2007).

3.5.2 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk melihat apakah data yang digunakan dalam penelitian ini bertistribusi normal atau tidak, jika nilai sig < 0,05 maka data tersebut

Rizky Gusti Setiawan, 2023.

ANALISIS LEVEL AKTIVITAS FISIK DAN PERTISIPASI OLAHRAGA DI WAKTU LUANG TENAGA KESEHATAN DI WILAYAH SUKANUMI

Universitas Pendidikan Indonesia| repository.upi.edu| perpustakaan.upi.edu

berdistribusi normal dan jika nilai sig $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi tidak normal (Pallant, 2007). Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui nilai distribusi normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov-smirnov (Pallant, 2005).

3.5.3 Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah pengujian yang dilakukan untuk mendeteksi bahwa dua atau lebih kumpulan data sampel berasal dari populasi dengan varian yang sama. Jika nilai probabilitas (p) $> 0,05$ maka data homogen dan sebaliknya apabila nilai probabilitas (p) $< 0,05$, data tidak homogen (Pallant, 2007).

3.6 Hipotesis

Berdasarkan anggapan dasar yang telah diuraikan diatas peneliti merumuskan hipotesis dari penelitian ini sebagai berikut :

Hipotesis

H_0 : Tidak terdapat hubungan antara level aktivitas fisik dengan olahraga waktu luang

Tenaga Kesehatan di Wilayah Sukabumi.

H_1 : Terdapat hubungan antara level aktivitas fisik dengan olahraga waktu luang

Tenaga Kesehatan di Wilayah Sukabumi.

Kriteria

H_0 : Ditolak apabila p dihitung < 0.05

H_1 : Diterima apabila p dihitung < 0.05